

# Telemark ski

## テレマーク

日本テレマーク協会公認校

中学生  
以上

レンタル  
有り

奥志賀

※テレマークが初めてのの方は、アルペンスキーでシュテム以上の技術のある方とさせていただきます。

※会期によって申込資格が異なります。

【会場】奥志賀高原、他

【宿舎】スポーツハイム奥志賀

〔スキーヤーズベッド・アウトバス・アウトトイレ〕

【最少催行人員】各期2名

【集合受付】スポーツハイムフロント

※開講時間の15分前までに受付をお済ませください。

【開講時間】初日宿舎(スキーロッカー)に9:30にご集合ください。

※レンタル利用の方は、事前に受付・更衣を済ませて開講30分前に指定の場所へご集合ください。

※8期・9期・11期・12期は別途各現地ににて。

【閉講時間】最終日(雪上) 15:30

※8期・9期・11期・12期は別途各現地ににて。

【募集定員】各期10名(3期のみ15名)

ヒールフリーのテレマークスキーは、色々な斜面や雪質を楽しむスノースポーツの原点ともいえるスキーです。スキー経験や目的に合わせてご参加いただけます。

### テレマークコース

ヒールフリーのテレマーク用具を使い、経験別にクラス分けを行います。初級者は、連続して回転できるよう滑走技術を、上級者は、あらゆる斜面や雪質にも対応できるよう運動を洗練させて、安全で自在な技術の習得を目指します。また、テレマーク経験の浅い方にも、オフピステの滑走を体験していただけます。長いシーズン、パウダーが楽しめる、奥志賀ならではのコースです。スノースポーツの原点にふれ、雪を堪能してください。

【担当】山本直樹(TAJ公認指導員)、藤沢正孝、渋澤晴文、角田雄二、前田和範、他

### 山田誠司とパウダー

山田氏を講師にパウダー三昧。中級以上の方対象の1クラスです。ピステ講習とバックカントリーで2日間たっぷり滑りましょう。

中級  
以上

【会期】3期 【担当】山田誠司

### 岩菅山・竜王他ツアー

岩菅山は標高差約700mのハイクアップ。竜王のツアーは緩やかなハイクアップや林道歩きを含むため、シールが必携です。テレマークの他、山スキーでのご参加の方と同行で春雪の滑走を楽しむ1日。もちもの、集合時間、場所等はお問合せください。

中級  
以上

【会期】8期・9期・11期・12期 【担当】山本・藤沢、渋澤 他

### その他のご案内

- 日数選択 1期は2日目～の日数選択も可能です。初心者の方は、初日からご参加ください。
- オフピステツアー 中級以上の方は、新雪、深雪、湿雪、ザラメ、悪雪、クラスト、あらゆる状況に対応できるテレマークカーを目指して、全会期なるべくオフピステツアーを行います。シールをお持ちの方はご持参ください。天候により内容の変更もあります。
- レンタル ご希望の方は事前にサイズ(身長・足)をお知らせの上、ご予約ください。(セットで2日間で5,940円、3日間で8,910円)なお、ブーツレンタルの方で、アルペンスキーのインナーブーツをお持ちの方はご持参ください。また初心者の方もレンタルは有料です。
- 服装 持ち物等、ご不明な点がございましたらお気軽にお問合せください。

### ●テレマークスキー技術レベル

初心者	アルペンスキーでシュテム以上の技術のある方で、テレマークスキーを全く初めて経験する方
中級者	いろいろな雪質で緩～中斜面をテレマークターンで滑れる方

会期	日程	申込資格	会費	会費内訳	備考
GoTo 1期	1月9日(土)AM~1月11日(月)PM	初心者~上級者	43,800	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	経験者はパウダーレッスン
	1月9日(土)AM~1月10日(日)PM		26,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
2期	1月23日(土)AM~1月24日(日)PM	初心者~上級者	26,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	経験者はパウダーレッスン
3期	1月30日(土)AM~1月31日(日)PM	中級以上	28,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	山田誠司と基礎~パウダーまで
4期	2月13日(土)AM~2月14日(日)PM	初心者~上級者	26,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	経験者はパウダーレッスン
5期	2月27日(土)AM~2月28日(日)PM	初心者~上級者	26,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	経験者はパウダーレッスン
6期	3月6日(土)AM~3月7日(日)PM	初心者~上級者	26,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	さまざまな雪質を体験
7期	3月13日(土)AM~3月14日(日)PM	初心者~上級者	26,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	さまざまな雪質を体験
8期	3月13日(土)AM~3月13日(土)PM	中級以上	8,500	講習1日	竜王ツアー
9期	3月14日(日)AM~3月14日(日)PM	中級以上	8,500	講習1日	志賀サイドカントリーツアー
10期	3月20日(土)AM~3月21日(日)PM	初心者~上級者	26,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	アウトドアでランチ
11期	4月3日(土)AM~4月3日(土)PM	中級以上	8,500	講習1日	岩菅山ツアー
12期	4月4日(日)AM~4月4日(日)PM	中級以上	8,500	講習1日	志賀サイドカントリーツアー
13期	4月10日(土)AM~4月11日(日)PM	中級以上	25,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	オフピステへ
14期	5月1日(土)AM~5月2日(日)PM	中級以上	25,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	奥志賀滑り納め